

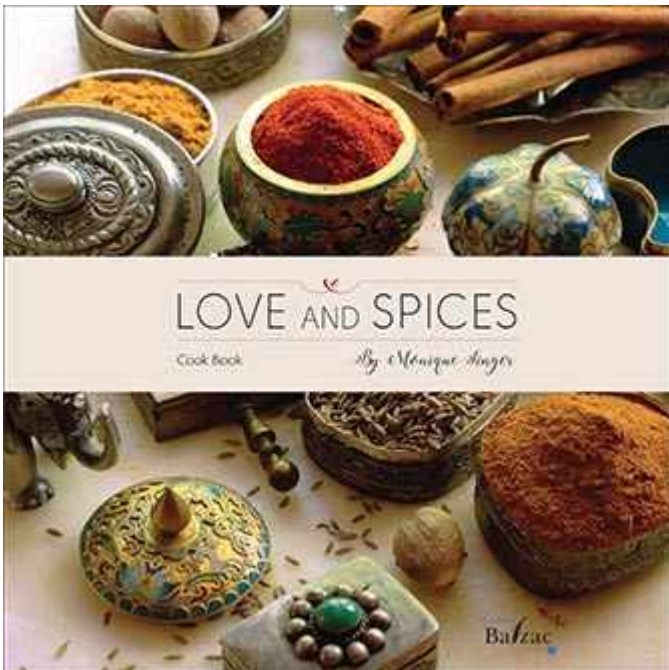


Amour et épices: Frites grillées
avec croûte de graines

Description

Cette collation parfaite pour le Super Bowl peut aussi être préparée avec des patates douces

Recette par **Monique Singer**



Il nous fait plaisir de vous offrir avec cette nouvelle série des exemples de recettes de [Love and Spices](#), un livre de cuisine en anglais magnifiquement illustré par **Monique Singer**. Avec cette série, vous découvrirez des recettes



~~uniques dédiées à la cuisine aux épices, allant des hors-d'œuvre aux desserts.~~

Monique Singer sait faire parler, chanter et danser les épices ! Dès son plus jeune âge, aux côtés de sa grand-mère et de ses sœurs, elle a appris à créer une cuisine délicieuse et originale avec ses sens, ses mains et tout son amour.

De la table de sa famille aux fêtes de la jet-set qu'elle a organisées à New York, Los Angeles, au Venezuela, en Espagne, en Haïti et en Asie, peu importe l'aménagement, la fonction, l'atmosphère ou le style, la cuisine de Monique a laissé son empreinte sur les papilles des gens.

Bon appétit !

Frites grillées avec croûte de graines au pesto de menthe

Temps de préparation : 20 min | Temps de cuisson : 35 min | Préchauffez le four à 400°F/200°C | Rendement : 4 à 6 portions

- 4 grosses pommes de terre à cuire au four, pelées et coupées en grosses frites
- 3 cuillères à soupe d'huile de noix de coco
- 2 cuillères à soupe de moutarde à l'ancienne
- 1 cuillère à soupe de graines de sésame noir et blanc
- 1 cuillère à café de graines de pavot
- 1/2 cuillère à café de piment en poudre
- 1/4 c. à café de sel de mer

Dans un grand bol, mélangez la moutarde, l'huile, le sel, le poivre, la poudre de piment et les graines. Ajoutez les frites.

Faire rôtir pendant 35 à 40 minutes, jusqu'à ce que le tout soit croustillant.

PESTO DE MENTHE

- 4 cuillères à soupe de menthe, hachée
- 2 cuillères à soupe de câpres, hachées facultatif
- 1 gousse d'ail écrasée
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 citron, en jus
- 1 citron, zeste, mis de côté
- Sel et poivre à volonté

Pendant que les frites cuisent :

Dans un robot ménager, mélangez tous les ingrédients.

Pulser en laissant une certaine texture.

Ajouter l'huile, le citron, le sel et le poivre.

Retirer du robot.

Incorporer le zeste.

Placer dans un plat de service.

Servir avec les frites rôties.



Peut également être préparé avec des patates douces.

Images : Anne Fillion

Abonnez-vous à notre
infolettre pour être informé
de nos plus récents articles

S'inscrire

À lire aussi : [autres recettes](#)



Monique Singer est une créatrice culturelle maintenant basée à Montréal, qui voyage à travers le monde, fait l'expérience d'autres cultures et partage ce qu'elle trouve le plus intéressant. Au sommet de sa passion pour l'alimentation se trouve son attirance pour les épices, leurs bienfaits et la saveur distinctive qu'elles apportent à tous les plats. [LinkedIn](#)



Économisez 10 \$ maintenant !
Commandes de verres de contact de 99 \$ et +

clearly
MAGASINEZ

Image not

Categorie

1. Article | Alimentation
2. Recette

Tags

1. appetizer
2. collation
3. Frites grillées avec croûte de graines au pesto de menthe
4. livre de cuisine Love and Spices
5. snack
6. Super Bowl

date créée

février 2020